

УДК 796.071.43

РОЛЬ ТРЕНЕРА В ЖИЗНИ СПОРТСМЕНА

М. В. Мамчур

*курсант 3 курса факультета юриспруденции
Дальневосточного юридического института МВД России
Научный руководитель: П. Ю. Гвоздков,
старший преподаватель кафедры физической подготовки
Дальневосточного юридического института МВД России*

Каждый спортсмен должен руководствоваться фразой: мой тренер — моя гордость. Тренер играет основополагающую роль в жизни любого спортсмена, можно сказать, что тренер — это второй отец. Тренер дает жизнь в спортивной карьере, с самых ранних лет он учит дисциплине, трудолюбию и, конечно же, справедливости. Тренер — тот человек, которому нужно довериться, и тогда будет результат, он всегда найдет подходящие слова, чтобы вдохновить вас, даже тогда, когда спортсмен теряет веру в себя. Тренер подбирает программу тренировок индивидуально для каждого, изучая каждого спортсмена по отдельности, и учитывает способности каждого, закладывает в ученика те навыки и качества, которые ему будут помогать не только в спорте, но и в жизни в целом. Задачи тренера: сформировать твердую личность, закалить характер, выработать у спортсмена стойкость духа, научить уважать старших, сделать человека психически устойчивым, а также привить непосредственно навыки, которые будут вести его к заветному чемпионству. Конечно же, не все зависит от тренера, сам спортсмен должен прилагать немало усилий, не лениться, а для этого нужен строгий контроль со стороны тренера. Контроль должен осуществляться посредством различных санкций, но этим не стоит злоупотреблять, я считаю, что здесь лучше всего подойдет метод «кнута и пряника». Это такой метод, когда спортсмена нужно держать под строгим контролем, злить его тем, что у него ничего не получается, тем самым вызывая у него стремление добиться цели, после чего его стоит похвалить и следить за тем, чтобы он не сходил со своего пути. Уже на более «взрослом» этапе тренер должен быть примером для подражания, то есть у него должны быть те высоты, которых бы захотел достичь любой ученик данного тренера. Тренер — это авторитет для спортсмена.